Міністерство освіти і науки України

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

Факультет психології та соціальної роботи

Особливості смислотворення в підлітковому віці

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістр

Спеціальність – ОНП Клінічна психологія з основами психотерапії

Студента 11 групи

 заочної форми навчання

Муліки Оксани Василівни

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук

доцент Наконечна Марія Миколаївна

Ніжин-2022

Зміст 2

Вступ 3

Розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми пошуку сенсу життя в підлітковому віці. 5

1.1. Ознаки зрілості особистості. 9

1.2. Характеристика сенсу життя в психологічній літературі. 19

 1.3. Формування цінності життя у підлітків. 26

Розділ 2. Емпіричне дослідження проблеми пошуку сенсу життя. 37

 2.1. Шкала екзистенції. 38

 2.2. Методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д.О. Леонтьєв. 42

 2.3. Методика «Система життєвих смислів». 45

Висновки 47

Список використаних джерел 48

Додатки 53

**Вступ**

*Актуальність теми.* Підлітки є однією з найбільш вразливих вікових категорій нашого суспільства, тому процес соціальної адаптації у цієї категорії школярів відбувається досить складно. Для підлітків актуальними є питання їх самоствердження, вираження почуття дорослості, оптимізації емоційно-вольової сфери. Формування особистості учнів основної школи відбувається в умовах їх прискореного статевого дозрівання, зниження навчальної мотивації, відсутності переконливих зразків для наслідування, що позначається на становленні Я-концепції та на ідеальному «Я» підлітків як її складовій. Для підліткового віку найбільш актуальними є завдання соціального і особистісного самовизначення, пошуку власних форм соціального ствердження, вибору власних способів життєдіяльності, становлення індивідуальності. У цей період формується характер, який визначає стиль ставлення до навколишніх умов і форму реагування, вчинки, характерну лінію поведінки (І. Бех, І. Булах, І. Кон, І. Мар’єнко, Р. Пасічняк, Л. Потапчук, Т. Титаренко). Тому для вивчення особливостей пошуку сенсу життя важливе значення має підлітковий вік як найбільш сенситивний для даного процесу.

*Об'єкт дослідження:* особливості смислотворення в підлітковому віці.

*Предмет дослідження:* психологічні особливості смислотворення в підлітковому віці, становлення смисложиттєвих цінностей.

*Мета дослідження:* теоретично обґрунтувати специфіку процесу пошуку сенсу життя особистості в підлітковому віці, експериментально дослідити смисложиттєві цінності і розвиток особистості підліткового віку та розробити методичні шляхи оптимізації процесу їх становлення.

Завдання дослідження:

- здійснити теоретичний аналіз особливостей смислотворення в підлітковому віці;

- провести емпіричне дослідження, виявити та описати особливості смислотворення в підлітковому віці.

Гупотеза: особливості смислотворення в підлітковому віці залежать від багатьох факторів, зокрема таких, як самооцінка, психологічно-емоційний стан підлітка на даний момент, рівень мотивації та досягнень.

**Розділ 1. Тeоретичний aналiз проблeми пошуку сeнсу життя в пiдлiтковому вiцi**

Зазвичай у віковій психології підлітковим періодом прийнят називати вік з 10-11 років до 14-15 років, також його ще називають середній шкільний вік. Розглянемо фізіологічні та психологічні особливості розвитку в цей період. До фізіологічних показників розвитку можна віднести такі: швидкий ріст скелету та всіх органів дитини, статеве дозрівання, нервова система стає збудливою, також інтенсивно починають працювати залози внутрішньої секреції. До психологічних показників розвитку можна віднести конфліктність, дитина досить швидко ображається, стан постійно змінюється, то вона збуджена, то вже пригнічена, також зростає конфліктність, нестриманість, може спостерігатися демонстративна поведінка перед оточуючими.

Підлітковий вік - це складний етап в житті людини, тому що в організмі проходить багато змін і в результаті натупає «фізіологічна зрілість». Психологічні зміни також дуже активні, адже змінється все: потреби підлітка, почуття, стосунки з оточуючими. На перший план виходять стосунки з однолітками, з протилежною статтю. Вчителі і батьки на цьому етапі мають поводити себе досить мудро, щоб не втратити довіру підлітка.

Від народження людина проживає певні етапи свого індивідуалього розвитку: грудний вік (від народження до року), дитинство (1-10 років), підлітковий період (11-16 років), юність (17-25 років), зрілість (25-55 років), старість (55-70 років), довгожительство 75+ років. Будь-який з цих етапів має свої особливості і відіграє велику роль у житті особистості. В кожному періоді у людини можуть виникати труднощі, знаючи особливості цих періодів можна навчитися ці труднощі успішно долати.

Фізіологічна зрілість наступає коли відбулося сформування усіх систем у організмі людини. До них належать кровоносна, дихальна, травна, нервова, статева, видільна та опорно-рухова системи. Без фізіологічної зрілості організм не зможе виконувати такі функції як народження потомстава та створення сім'ї. На думку вчених це і є «фізіологічна зрілість».

Пiдлiток – це ще не дорослий і хоч фізіологічна зрілість в активній фазі, але вона ще не закінчилася. Певні стaдiї розвитку починаються тiльки тодi, коли тiло стане необхідних розмiрiв. В процесі росту підліток росте непропорційно, вага тіла збільшується, але не так швидко як зріст. Це можна спостерігати в зовнішньому вигляді. Досить часто у підлітків спостерігається сутулість, великий розмір ноги по відношенню то тіла, довгі руки. Але самими важливими є процеси, які протікають в середині тіла. Продовжується фiзiологiчнe дозрiвaння систeм органiзму: змінюється скелет, збільшуються м’язи, росте серце, легені, мозок та інші органи. Це все є основою для розвитку. В процесі свого розвитку підліток стає дорослою людиню. Вчені давно вивчають фізіологічний розвиток людини, але лише близько п'ятидесяти років тому вони зробили висновок про акселерацію (прискорення) у цьому розвитку. Ранiше почaток статевого дозрiвaння вiдбувaвся в 11—13 рокiв у дiвчaток i в 13—15 рокiв у хлопчикiв, в наш час цe вiдбувaється приблизно нa три роки рaнiше: у 8—10 рокiв у дiвчaток i в 10—12 — у хлопчикiв. Є випадки, коли цей процес навпаки стає поільним, можлива затримка фізіологічного розвитку на 2-3 роки. Хвилюватися з цього приводу не потрібно, адже це індивідуальний процес і це є цілком нормально.

 Процес розвитку не є однобічним. Вiн охоплює вeсь оргaнiзм. Під час цього процесу змінюються рiзнi сфeри його життєдiяльностi. Але все ж таки вчені виділяють фiзичний, розумовий та статевий розвиток.

Під час фізичного розвитку змінюється форма та розміри тіла. Є вікові норми на які можна орієнтуватися, але вони приблизні, і коливання в один чи інший бік є допустимими. Наприклад погане харчування, яке немає необхідної кількості поживних речовин, може спричинити низький фізичний розвиток. Також причиною може бути занадто низька фізична активність або взагалі її відсутність. Ще однією із причин можуть стати хронічні захворювання.

Статевий розвиток являє собою вчасне дозрівання статевої системи й інших фізіологічних систем, які стосуються народження дітей. Треба зазначити, що під час статевого дозрівання відбуваються суттєві зміни в роботі інших систем організму (серцево-судинна, нервова системи та ін.). Дозрівання головного мозку та його функцій сприяє розумовому розвитку людини. До показників розумового розвитку можна віднести мову та такі процеси як пам'ять, емоції, увага, уміння аналізувати та синтезувати інформацію, сприйняття. Від цих всіх показників залежить наскільки успішною буде навчальна діяльність підлітка. Важливо зазначити такий важливий компонент як соціальна зрілість. Вона формується в результаті взаємодії з суспільством, в якому живе людина та вміння жити з іншими людьми. В підлітковому віці особистість вчиться розуміти оточуючих людей, стосунки між ними, бере відповідальність за свої вчинки. Дуже важливо в цей період навчитися аналізувати свій внутрішній досвід. Самооцінка підлітка та його очікування повинні відповідати його можливостям та навколишній дійсності. Також відбувається організація власної поведінки в соціумі. В психології є таке поняття як рефлексія ( з латинської мови — звернення назад). Воно означає міркування, здатність аналізувати власний психологічний стан. Ця здатність залежить від ступеня складності внутрішнього світу людини та від її освіти. Можна зосередитись на змісті своїх думок, подумати про те, що люди, котрі вас оточують, сприймають вас не так, як сприймаєте себе ви. Дуже важливо збагнути, наскільки добре інші люди знають і розуміють вас, ваші особливості й здібності. Адже вони бачать вас зовсім не такими, якими ви бачите себе. І розуміння цього сприяє розвиткові самосвідомості. Кожний підліток вчиться адекватно (тобто відповідно, правильно, вірно) сприймати себе та людей.

На протязі свого життя кожна людина дає оцінку своїй поведінці, своєму досвіду. Також людина вдається до порівняння свого досвіду с досвідом інших людей, своєї поведінки, оцінок. Оцінки можуть бути реальні і прогнозовані. Ознаки людини, яка є психологічно зрілою:

- може виконувати різноманітні рішення навіть незважаючи на різні обставини та внутрішнє небажання щось робити (наприклад через втому, не бажання, важкість завдання, тощо);

- може знайти необхідну інформацію й проаналізувати її, виходячи з власних бажань та цілей в житті;

- може зробити прогноз власної поведінки в різноманітних ситуаціях;

- може контролювати свої дії та результати до яких вони приводять;

- може робити висновки зі своїх вчинків та поведінки в різноманітних життєвих ситуаціях;

- може контролювати свої емоційні реакції та доречно реагувати на свою поведінку та ситуації, які з нею трапляються.

Проходження підлітком процесу, в результаті якого він досягає соціальної, психологічної та фізіологічної зрілості досить довготривалий процес, він відбувається повільно. Треба дати підлітку час все осмислити і прожити, підлітковий вік – період змін.

Розглянемо більш детально ознаки, які характеризують соціальну та фізіологічну зрілість. Як було зазначено вище фізіологічна зрілість – це становлення та дозрівння всіх систем організму, вони мають стати готовими до виконання своїх функцій. Головними показниками соціальної зрілості являються уміння:

- відповідати за свої дії, поведінку та її наслідки

- намагатися знайти своє місце в суспільстві

- стати незалежним та самостійним, вміти зробити прогноз своєї поведінки в будь-яких ситуаціях, що можуть відбуватися в житті

- знаходити необхідну інформацію та робити її аналіз, враховуючи свої цілі, впевнено йти до мети.

* 1. **Ознаки зрілості особистості.**

Щоб підліток зміг досягти соціальної і фізіологічної зрілості, йому потрібно діяти, виходячи зі свого фізіологічного та соціального розвитку.

Підлітковий вік можна відрізнити від інших вікових періодів саме за швидкою фізіологічною зміною. Змінюється зріст, пропорції тіла, темпи цих змін прискорюються, руки, ноги стають довшими, це все стає помітно в зовнішньому вигляді підлітка. Ріс тулуба навпаки відстає, це впливає на роботу внутрішніх систем організму та його огранів, вони починають працювати в максимальних темпах. Наприклад робота серця часто не справляється з навантаженнями, можуть виникати болі в області серця. Дуже обережно в цей період треба бути з фізичними навантаженнями. Адже потреби організму стають більшими, а сердце ще не встигло вирости до потрібних розмірів, щоб забезпечити ці потреби. З боку дихальної системи об'єм легенів також не досить великий, м'язи та мозок можуть відчувати дефіцит кисню, як наслідок швидка втомлюваність, зниження працездатності, тощо.

Важливо дотримуватися режиму та виділяти час на відпочинок, роботу та навчання, перебувати регулярно на свіжому повітрі, не мати шкідливих звичок. Куріння в підлітковому віці дуже негативно впливає на стан дихальної системи.

Коли кінцівки вже досягли свого максимального зросту, їх ріст стає повільним, а тулуб навпаки починає активно рости. Як наслідок довжина та маса тіла стають більшими. Створюється враження, що підліток стає худішим, адже м'язи та жирова тканина не встигають так швидко рости. Коли в організмі відбуваються такі швикі зміни є ризик, що організм із-за навантаження може набути різноманітних захворювань. Можуть виникнути проблеми з обміном речовин, стати гіршою пам'ять та увага. Нервова система також не стабільна, може спостерігатися агресивна поведінка, емоційна нестабільність, втомлюваність, або навпаки велика рухова активність. На уроках вчителі можуть помітити наскільки важко підлітку стало зосередити свою увагу на предметі, відбуваються постійні відволікання.

Режим дня досить важливий для фізіологічних процесів в будь-якому віці, а в підлітковому особливо. Сон повинен тривати не менше ніж 8 годин, харчування має бути збалансоване, з достатньою кількістю вітамінів, харчуватися слід в один і той же час, щоденні прогулянки на свіжому повітрі та відсутність шкідливих звичок – запорука гарного самопочуття. Коли виникають якісь скарги на стан здоров'я – обов'язково звертатися до лікаря, проходити регулярні обстеження. Ні в якому випадку не ігнорувати своє погане самопочуття та не займатися самолікуванням.

Розміри тіла змінюються до кінця підліткового віку, їх зміна протікає по різному у хлопчиків і дівчаток. У хлопчиків відбувається розширення плечей, у дівчаток – тазу. Також у хлопчиків під дією статевого гормону тестостерону перебудовується гортань, змінюється голос («ламається».) Виходячи з маси тіла зростають розміри серця. М'язи починають помітно збільшуватися, підліток стає більш витривалим, може більше та довше займатися фізичною та розумовою діяльністю, стає більш вправним, рухи чіткі та правильні.

Слід зазначити, що протікання всіх цих змін в організмі досить індивідуальний процес. Можна спостерігати, наскільки різними можуть бути підлітки одного віку. Турбуватися та переживати, якщо фізіологічний розвиток затримується або навпаки йде прискореними темпами, не варто. Адже кожна людина індивідуальність, з власним темпом розвитку, як фізичним так і психологічним.

Не так швидко відбувається соціальна зрілість, на відміну від фізіологічної. Основна складова соціальної зрілості – відповідальність за всі свої вчинки та наслідки, за поді, які відбуваються у власному житті.

Людина, в якої не сформована відповідальність постійно звинувачує обставини, інших людей, за ті події, які відбуваються з нею. Часто підлітки звинувачують вчителів, батьків, друів у своїх проблемах. Дорослі люди можуть звинувачувати керівництво на роботі, своїх колег, друзів.

На основі різноманітних досліджень, вченими було виявлено взаємозв'язок відповідальності з впевненістю в собі, доброзичливістю. Людина, яка постійно перебуває в тривожному стані, стурбована, не може спокійно реагувати на недоліки та недосканалість інших людей, агресивна, така людина як правило є безвідповідальною і як наслідок в суспільстві не популярна.

Соціально зріла людина перед тим як здійснити якусь дію чи вчинок, обмірковує все, в тому числі і наслідки свого вчинку. Тому відповідальність, необхідні знання, поважне ставлення до інших людей – необхідні складові соціальної зрілості людини. Обмірковування своїх дій, отримання необхідних знань для життя в суспільстві, які в майбутньому допоможуть приймати вірні рішення – запорука успішного розвитку. Невдачі та провали сприймати як необхідний досвід на своєму шляху, аналізувати помилки і в майбутньому намагатися їх уникати в процесі виконання тих чи інших дій, планувати та прогнозувати власне життя та діяльність.

Слід зазначити ще одну важливу складову, яка характеризує соціальну зрілість – це терпимість. Цю рису можна охарактеризувати як уміння співпереживати та співчувати оточуючим людям, розуміти їх. Агресія – це протилежний полюс терпимості. Агресія може проявлятися не тільки в агресивних діях до оточуючих, прихована агресія проявляється тоді, коли людина подумки радіє від невдач та помилок інших. Люди, які мають терпимість вміють розв'язувати конфлікти, спокійні, доброзичливі, готові прийти на допомогу, вміють довіряти іншим, володіють самоконтролем. І навпаки недовірливі, ті люди, які не вміють пробачати образ, конфліктні, швидко втрачають самоконтроль, часто виявляють агресивні дії по відношенню до інших.

Підлітковий вік – саме той час, коли потрібно вчитися терпимості, самоконтролю, вмінню відчувати людей та співчувати їм, здійснювати аналіз своїх вчинків і розуміти, коли була присутня агресивність, а коли терпимість. Працювати над своїми помилками, вміти вибачитися, якщо когось образили. Підлітковий вік – це час для налагодження доброзичливих стосунків з оточуючими, як з дорослими людьми так і зі своїми однолітками.

Саморозвиток – основа соціальної зрілості. Під час цього процесу людина намагається стати кращою своєю версією, для цього часто треба в собі культивувати нові якості, які допоможуть краще порозумітися з іншими людьми. Людину не робить хтось кращою, розумнішою, добрішою, тільки вона сама може це зробити. Необхідно інтелектуально розвиватися, займатися творчістю, обов'язкова умова власного розвитку – це бажання. Всі заняття не принесуть результату, якщо людина цього не хоче, а це чиєсь інше бажання. Важливо ставити перед собою цілі і розроблювати план їх досягнення. В сучасному суспільстві цьому необхідно вчити підлітків, щоб ставши дорослими вони «не пливли за течією».

Коли необхідно оцінити психіку людини говорять про психологічну зрілість. Адже людина тільки тоді може реалізувати та розкрити всі свої таланти та здібності, коли вона психологічно зріла. Психологічна зрілість сприяє розвитку людини в матеріальному і духовному плані.

Відомий вчений Абрахам Маслоу відзначив ряд ознак, які характерні для психологічної зрілості людини. Але в той же час вчений вважав, що лише 1% людей має всі перелічені ознаки, тобто ці люди є взірчем «психологічної здорової людини», котрі мають нижчеперелічені якості, є лише 1% населення і вони є таким собі зразком «якісної психологічно здорової людини».

Спосок ознак психологічної зрілості зацікавить людей, які прагнуть до інтелектуального та психологічного розвитку:

1. Діловий напрям характерний для людей, яких турбує власна життєва задача, а не свою особистість. Свою дільність розглядають не в поточному моменті, а як щось вічне та узгоджують її з загальними цінностями. Всі психологічно-зрілі люди в деякій мірі філософи.
2. Здатність приймати себе та інших такими, які вони є, непритаманність штучних форм поведінки та несприйняття її з боку інших.
3. Здатність сприймати дійсність такою, якою вона є. На це сприйняття не впливають стереотипи, різноманітні міфи, актуальні потреби, інтерес до невідомого.
4. Відчуженість по відношенню до різних подій. Така позиція сприяє спокійно долати різноманітні неприємні події і не піддаватися зовнішньому впливу.
5. Природній, спонтанний вияв своєї особистості. Людина слідує усталеним традиціям, ритуалам, але присутня складова гумору – це свідомий конформізм, який проявляється у зовнішній поведінці.
6. Здатність знаходити щось нове у відомому раніше, тобто свіжий погляд на речі або ситуацію.
7. Здатність не піддаватися впливу завнішніх факторів, тобто незалежність та автономність.
8. Здатність відчувати спільне з усім людством.
9. Дружні стосунки з іншими цілісними особистостями, стосунки без проявів ворожості та агресії.
10. Демократичність у власних поглядах, готовність брати нове від інших.
11. Орієнтація на власну мету та цілі, гроші не є самоціллю, а лише засобом досягнення цих цілей, наявність сформованих, непохитних моральних правил та норм.
12. Креативність проявляється у всьому чим займається особистість, незалежно від виду діяльності.
13. Присутність почуття гумору у житті, але чужі проблеми чи недосконалість ніколи не піддаються висміюванню.
14. Граничні переживання, які вирізняються відчуттям зникнення власного Я.
15. Ставлення до власної культури критичне, все хороше засвоюється і береться до уваги, а погане – відкидається. Приналежність своєї особистості до всього людства, ніж до конкретної культури в суспільстві.

Підлітки перш за все є школярами, навчальна діяльність в цей період змінюється і за змістом і за організацією навчального процесу. Самостійність збільшується в підлітковому віці, якщо раніше знання були такими, які базуються на досвіді дитини, то зараз підлітки вивчають поняття, які стосуються широких теоретичних знань. Мислення стає більш логічним, учень може вдаватися до узагальнення, умовиводів, абстрагування, логічних міркувань. Висновки стають більше обгрунтованими, логічними. Внутрішні дії починають переважати над зовнішніми. Навчальна діяльність займає багато часу в підлітковому віці, тому дуже важливо сформувати правильну мотивацію до навчання. Азвичай підліткам подобається така діяльість, де вони можуть проявити свою самостійність, а вчитель лише може допомогти, якщо це буде необхідно. Таким чином зростає самооцінка підлітка, він відчуває себе дорослішим.

Дуже часто навчальний предмет не цікавить підлітка, тому що викладання матеріалу відбувається неякісно, часто вчитель не зацікавлений в тому що розповідає, або незрозуміло пояснює, в нього самого не має інтересу до власного предмету, тому цей інтерес не може виникнути і у підлітка. Підвищенню мотивації до вивченню предмету сприяє доступна та цікава подача матеріалу. Після зацікавленості чимсь довгий час формуються пізнавальні інтереси, які в майбутньому можуть допомогти зробити вибір на користь тієї чи іншої професії, заняття, хобі.

В підлітковому віці закладається нова мотивація до вивчення нового. Ця мотивація може бути пов’язана з намірами та планами на подальше життя, а також з власним ідеалом, до якого підліток буде намагатися дорости.

Знання, які отримує підліток мають велике значення для його розвитку, ці знання забезпечують йому гідне місце серед однолітків, розширюють власний кругозір. Щоб краще розумітися в якійсь сфері, яка цікава підлітку, він докладає багато зусиль і таким чином стає достатньо ерудованим і обізнаним в даній темі, це все викликає захоплення та повагу серед ровесників, і це викликає ще більше бажання поглиблювати свої знання. Основа гарної мотивації – це зацікавленість та інтерес. Адже при здобутті тих чи інших знань підліток отримує позитивні емоції і відчуття задоволення. Ось чому, коли підліток має хоббі, він проводить всей вільний час за цим заняттям. Шкільні предмети також з задоволенням би вивчалися, якби підлітки знали, як ці знання можна застосувати в житті, а в шкільній прграмі часто спостерігається відірваність теорії від практики, або практичні заняття взагалі відсутні. Дуже часто, якщо учень мав негативний досвід в навчанні, низьке або несправедливе оцінювання, критика з боку вчителів та однолітків, то сформувати позитивне ставлення до даного предмету може бути досить важко. І навпаки, коли учень мав позитивний досвід, успіх у навчанні, то навчання асоціюється з позитивними емоціями і викликає бажання самовдосконалюватися в данному напрямку. Так як в підлітковому віці на перший план виходить саме спілкування з однолітками, то дуже важливо бути визнаним серед них, належати до групи. Зокрема грунтовними і гарними знаннями можна викликати повагу та визнання серед ровесників.

При отриманні оцінки дуже важливо, щоб ця оцінка співпадала с власною оцінкою підлітка себе. Якщо вони відрізняються, то виникають внутрішні протиріччя, конфлікти. Емоційний стан і так нестійкий в підлітковому віці, тому вчителям слід це враховувати при оцінюванні учнів.

Щоб достатньо оволодіти навчальною і пізнавальною діяльністю підлітку потрібно прикласти багато зусиль, адже вони повинні вивчити різноманітні знаки в точних науках, наукові терміни. Розвиток теоретичного мислення - повільний процес, він сприяє успішному засвоєнню матеріала.

Якщо підліток не може планувати свої дії, не несе і не хоче нести відповідальність за ці дії та їх наслідки перед собою та оточуючими, не намагається приймати обдумані рішення, контролювати свою поведінку та робити прогноз на майбутнє, то вважається, що він не досягнув «соціальної зрілості».

Якщо рішення, які прийняв підліток не стали реальністю, або плани не здійснилися, то можна говорити про те, що ці рішення були недостатньо обдумані або безвідповідальні. Часто підліток має ідею і йому хочеться пошвидше втілити її в життя, а на цтому етапі саме важливо обдумати план виконання цієї ідеї і лише потім приступати до її реалізації. І коли ідея стає нездійсненою післі однієї або декількох спроб підліток намагається звинуватити в цьому оточуючих, обставини, тощо, свою відповадільнісь за наслідки він часто не бачить, дорослому важливо донести цю інформацію і показати на власному практичному прикладі, як можна успішно вирішити ситуацію, яка склалася.

Розглянемо особливості навчальної діяльності в підлітковому віці:

Провідною діяльністю в підлітковому віці залишається навчальна діяльність. Але разом з тим вона не є єдиною, з'являються такі види діяльності як пректування, соціальне експерементування, в них підліток може проявити себе та показати свою індивідуальність. Такі заняття допомагають проявляти підліткам ініціативу, що є важливою складовою для подальшого розвитку.

Головне місце в змісті і структурі навчальної діяльності займає формування завдання і перетворення умов. Це потрібно для того, щоб знайти істотні відносини даного предмету. Дії, які допомагають це зробити виконуються на спеціальних пристроях, де можна змоделювати уявні ситуації, дії і побачити, як вони будуть виглядати після виконання запланованої дії, тобто уявне, те щ обуло теоретичним стане реальним (матеріалізованим за допомогую спеціальних схем). По закінченню таких дій підліток вчиться дивитися на розгляд різноманітних ситуацій нестандартно, намагається по різному вирішити ту чи іншу ситуацію.

В підлітковому віці навчальна діяльність стає в більшій чи меньшій мірі індивідуальною і вона не обмежується матуріалом, який викладають на уроці. Коли підліток самостійно шукає теоретичні знання, а також способи вирішення того чи іншого завдання, то це означає, що він досяг найвищої форми навчальної діяльності.

Часто під час проходження певних навчальних курсів навчальна діяльність перетворюється в проектну діяльність, що стосується важливих положень і понять цього курсу.

Навчальні завдання вже не обов'язково ставить вчитель, часто це можуть робити самі учні і відразу ж планувати щляхи вирішення цього завдання або декількох завдань, наприклад на якийсь період часу. Можна заплановані завдання вирішити раніше запланованого часу, тобто надається свобода вибору учням.

В підлітковому віці важливо правильно налагодити стосунки дорослого і підлітка. Часто останні прагнуть до самостійності, хочуть щоб їх поважали та довіряли, дозволяли приймати власні рішення, розширили права за рахунок зменшення прав дорослого. Підлітки прагнуть змінити тип стосунків із дорослим. Способи, якими вони намагаються це зробити: не виконання обов'язків, протест, демонстративна та агресивна поведінка, шкідливі звички. Таким чином часто виникають конфліктні ситуації, непорозуміння, тому що старі стосунки, які були раніше у дитини з дорослим вже не можуть існувати, а нові стосунки ще не сформувалися. Це досить повільний процес, який потребує від дорослого витримки, послідовності, встановлення нових правил для комфортного спілкування та взаємодії один з одним. Головне чого прагне підліток – це самостійність і щоб йому дали можливість вирішувати власні проблеми, як він хоче.

Від того яким буде спілкування з дорослим залежить самооцінка підлітка. Спільні заняття з друзями, ровесниками залишаються на першому місці у підлітків. Часто це спілкування відбувається постійно, після школи, на вихідних і не обмежується навчальною діяльністю, яка взагалі може відійти на задній план. Підліток може відмовлятися проводити час з рідними. Для «вчорашньої дитини» важливо знайти своє місце серед ровесників.

Саме в підлітковому віці людина вчиться помічати та брати до уваги інтереси, вимоги однолітків. В процесі спілкування набувають змін переживання, які виникають у підлітків, здатність оцінювати один одного, мотивація до спілкувння також змінюється. Утворення груп – важлива складова в підлітковому віці. Важливою рисою, яка присутня у всіх підліткових групах є конформізм. Крім спілкування в групі з однолітками у підлітка, зазвичай, є близький друг з яким можна обговорити будь-які питання та довірити таємниці. Виникають стосунки з протилежною статтю. Дружба дуже важлива для підлітків, вони оберігають ці стосунки і в той же час можуть ображатися, ревнувати.

Таким чином стосунки підлітка та дорослого зазнають значних змін, важливо на цьому єтапі не втратити довіру підлітка.

**1.2. Характеристика сенсу життя в психологічній літературі**

У психологічній літературі сенс життя характеризують як феномен, який забезпечує нормальне й продуктивне життя людини, втрата якого може мати трагічні наслідки. Знайти сенс життя – це чи не найбільша й найвища цінність, неодмінна умова людського щастя. Проте цей пошук складний, і результати його далеко не завжди успішні. Парадоксальній факт: утративши сенс існування, людина може позбавити себе життя, але, з іншого боку, особистість жертвує життям заради реалізації життєвого задуму [6].

Польський психолог-клініцист К. Обуховський відзначає, що властивістю птаха є потреба літати, а властивістю дорослої людини – потреба знайти сенс власного життя [5]. Він визначає потребу сенсу життя як третю (разом із пізнавальною та потребою емоційного контакту) специфічну людську потребу. Хоча К. Обуховський позначає свій підхід до проблеми сенсу життя як природничо-науковий, а не філософський, він вважає, що сенс життя є потребою дорослої людини, тобто без нього вона не може нормально функціонувати й мобілізовувати свої здібності максимально. Це пов’язано з обгрунтуванням для себе сенсу свого буття, зі схваленням і практичним прийняттям людиною напряму власних дій [5]. Ігнорування цієї потреби проявляється в стані напруги і може спричинити нервові розлади. К. Обуховський визначає цю напругу як «екзистенційну фрустрацію». За К. Обуховським провідним способом задоволення потреби сенсу життя є праця, яку він розуміє досить широко: як будь-яке подолання опору, що веде до досягнення запрограмованого стану. Автор надає праці суб’єктивно-соціального аспекту, що уможливлює внесення до діяльності чогось індивідуального й ідентифікуванню з іншими людьми. Тому хобі в зазначеному підході має особливий компенсаторний характер за неможливості задовольнити потребу сенсу життя. Вважається, що вищою формою задоволення цієї потреби є прийняття людиною якої-небудь загальної етико-філософської позиції. Потреба в сенсі життя не завжди може бути виразно усвідомленою, але усвідомлення цієї потреби має терапевтичний ефект [5].

Зі свого боку, Б.С. Братусь пише про сенс життя як про насущну потребу, яка грунтується на фундаментальному протиріччі між обмеженістю, смертністю індивідуального буття й універсальністю родової сутності людини. Він також говорить про «вертикаль душі», тісно пов’язуючи її з рівнями в структурі особистості, зумовленими «сходженням до єднання з Богом». На думку Б.С. Братуся, «вертикаль душі» складається із чотирьох рівнів смислової сфери: егоцентричного, групоцентричного, гуманістичного, духовного, залежно від міри засвоєння їх особистістю (ситуативної, стійкої, особистісно-ціннісної) [3].

В.Е. Чудновський розглядає феномен сенсу життя з погляду співвідношення «зовнішнього» і «внутрішнього». Він говорить, що сенс життя – це особливе психологічне утворення, яке має свою специфіку виникнення, етапи становлення, психологічну структуру. Суть сенсу життя як психологічного феномену в тому, що він виникає в результаті взаємодії «зовнішнього» і «внутрішнього», і в той же час емансипується від того й іншого й починає діяти як «буферний механізм», як система противаг, що не допускає однобічного підпорядкування «зовнішньому» й водночас перешкоджають перетворенню людини на раба власних потреб, бажань, миттєвих інтересів.

Так склалося, що на протязі всього історичного розвитку людства людина постійно ставить собі такі питання: «хто вона?», «для чого живе?», «як досягти щастя?», «який сенс мого існування?», «чи треба жити взагалі?», «як правильно жити?», тощо. Навколо цих питань постійно відбувалися суперечки та непорозуміння, адже кожне покоління по різному на них відповідало і кожне покоління хотіло віднайти єдиний сенс життя.

Як справедливо зауважує один із теоретиків психології В. Франкл, є «специфічно людським проявом не тільки ставити запитання про сенс життя, а й ставити під питання існування цього сенсу».

Навіть на початковому етапі розвитку людської культури, в літературі поети та письменники намагалися пояснити сенс життя. Один із творів називався «Про сенс життя» (був описаний діалог раба і пана з Вавілону). Найчастіше люди прагнуть знайти сенс життя тоді, коли невдоволені тією реальністю, що існує. Соціальна нерівність спонукала знаходити сенс життя в протилежностях. Раб вважав, що всілякі благі вчинки не потрібні і нічого не варті, тому що в кінці всі помирають і невідомо хто був злим, а хто добрим. Раб каже володарю: «Зійди на схили зруйнованих міст! Пройдися руїнами давнини й поглянь на черепи людей, котрі жили раніше й пізніше: хто з них був володарем зла і хто з них був володарем добра?» [15].

Коли суспільство є нестабільним (економічно, політично) люди часто намагаються відшукати сенс життя і таким чином отримати хоть якусь опору у власному житті. Ціннісні орієнтири на які можна було опертися перестають існувати і діяти, потрібно формувати нові цінності. Але залишаються окремі частини суспільства, які вірять старим цінностям, таким чином виникає напруження у духовній та соціальній сферах.

В наш час моральне виховання з його ідеологією не збігається з практикою, відбувається розрив. Науковці часто зображали людину раціональною, яка керується в своїх вчинках науково-матеріалістичними поглядами, і ці погдяди є притаманні даному суспільству і гарно в ньому функціонують. Насправді ж, на практиці все більше знижувалась продуктивність на робочих місцях, зростала злочинність, наркоманія, алкоголізм, поступово відбувався економічний спад, культура ставала все біднішою, люди починали все частіше звертатися до релігії у пошуку сенсу існування. Для молодого покоління, як наслідок, стали непривабливими робітничі професії.

Проблемами та пошуком сенсу життя займаються не тільки тоді, коли у суспільстві виникають труднощі та різноманітні перехідні періоди в своєму розвитку. Інтерес до цієї проблеми виникає і завдяки спілкуванню та засвоєнню людиною знань, культури, досвіду, який формувався протягом багатьох століть. Незрілі соціальні потреби (вищі соціальні потреби) можна втамувати за допомогою наслідування, що характерно для цього процесу – немає критичної оцінки. І тільки тоді, коли людина готова до духовного розвитку (зокрема це може бути вже в підлітковому віці), проблема пошуку сенсу життя, сенсу існування може гостро постати перед індивідом.

Коли соціогенез знаходиться на початковій стадії, то та поведінка, яка була засвоєна раніше однакова в різних життєвих ситуаціях, які проходить людина в своєму розвитку. Ті твердження, на думку дорослих, як влаштований світ незмінні і сталі, поза сумнівами. В юних людей, які вперше задаються питаннями сенсу життя, часто виникають конфлікти між своєю особистістю, яка тільки перебуває на етапі формування і соціальним оточенням, в якому живе особистість. Люди шукають ідеал і в результаті приходять до висновків про неясність людського існування та його неоднозначність. Саме ця неоднозначність світу вимагає від особистості робити вибір у своїх діях, у поведінці і викликає сумніви у сенсі існування. Якщо ці сумніви виникають, то є гарна ознака того, що людина має в собі «людське». Також ці сумніви можуть стати причиною, коли людина відмовляється повторювати сталі форми поведінки, і хоче сформувати нову поведінку, щоб почати втілювати нові ідеї.

Проблема пошуку сенсу існування притаманна не лише підлітковому віці, ця проблема може виникнути і в зрілому віці. Але це відбувається як правило під впливом сильного психологічного потрясіння.

Виходячи з різноманітних досліджень можна виокремити деякі положення, які стосуються сенсу життя. (За В.Г. Немировським). До цих положень не входять патологічні способи, за допомогою яких людина нмагається віднайти сенс життя (наркоманія, злочинність, алкоголізм, тощо). Розглянемо декілька основних блоків.

До першого блоку можна віднести положення, які спрямовують на прогрес у розвитку суспільства. Альтруїстично-творчий сенс існування знаходиться на найвищому щаблі. Людина піклується про загальне благо, не отримуючи при цьому нічого для себе. Люди, які відносяться до цього типу приносять в жертву особисті інтереси для загального добра. Для колективної поведінки в повсякденному житті може бути характерна така риса, як альтруїзм. Навіть в окремих випадках може набувати вигляду самопожертвування.

Сенс життя у творчо-соціальної особистості базується на формуванні матеріальних та духовних цінностей, людина планує жити під час використання результатів власної діяльності.

Демографічно-соціальний сенс життя базується продовженні свого роду, вихованні дітей та онуків. Таким чином продовжити своє життя у нащадках.

В наступному блоці поєднуються положення, які допомагають прогресувати особистості у своєму розвитку та суспільству. За основу в цих положеннях були взяті різноманітні модефікації ігрової діяльності.

1) це положення спрямоване на духовний розвиток індивіда, сюди можна віднести різноманітну творчість, відвідування театральних постанов, художня самодіяльність, різноманітні ігри, тощо;

2) це положення спрямоване на фізичний розвиток особистості, зокрема спортивні види діяльності;

 3) це положення спрямоване на неактивну діяльність: карти Таро, лотерея, лото, тощо;

4) це положення спрямоване на комплексні види діяльності такі як туризм або альпінізм.

Слід зазначити, що буде невірним намагатися знайти сенс існування лише за допомогою ігрової діяльності. Такі спроби можуть призвести до паталогічного задоволення потреби у пошуку сенсу життя. Це можна пояснити тим, що під час гри формується ціль, яка часто ототожнюється з сенсом життя. Але після того, як гра завершиться, зникає і ціль, а разом з цим і сенс життя. Можна привести приклад небажаної поведінки фанів на футбольному полі, після завершення гри.

Існує ще престижне положення сенсу життя, в нього входять різноманітні прийоми для того, щоб підвищити свій статус у соціумі, свою вартість для інших. Це положення можна спостерігати на прикладах професійної кар'єри, бажання збагачуватися в будь-який спосіб.

Лідерське положення сенсу життя переплітається з престижним положенням. Людина з таким сенсом прагне влади над іншими людьми в будь-який спосіб. Слава та популярність – невід'ємні ознаки влади, вважаються гарантією безсмертя, яке залишиться в пам'яті людей.

Коли людина жадає різноманітних насолод, задоволень, то це нівелює всей зміст сенсу життя. Такі люди живуть за принципом Жадання різних задоволень, насолод вичерпує зміст сенсу життя принципом типу «після нас хоч трава не рости» (людині байдуже, що буде потім). Гедоністична концепція в деяких випадках може перетворюватися на наркоманію, алкоголізм, сексуальну нестриманість, тощо. Конформістський принцип у підході до свого існування також має право на існування, людина обирає жити як всі інші, нічим не виділятися. Сенс життя в цьому випадку заключається в умінні пристосуватися до того, на що орієнтують всі інші оточуючі, людина хоче змішатися з іншими. Також можна виділити сенс життя, який пов'язаний зі служінням Богові, його називають теологічний.

Різноманітні положення, які були описані відносно до сенсу життя людини, виявляють себе через свідомість індивіда. Ця направленість свідомості може бути розділена на два види: 1. Своціальний. 2. Світоглядний. На світоглядному щаблі, який вважається більш розвиненим видом, відбувається формування індивіда про сенс життя. Як наслідок відбуваються міркування про світ, про життя та смерть в ньому, про місце, яке може зайняти в цьому світі особистість, формується ставлення до інших людей. Тут людська думка робить узагальнення стосовно життєвого досвіду. Це може бути втілено в таких принципах: «після мене хоч трава не рости», «жити – значить діяти», «сенс життя може бути тільки у боротьбі», тощо. Відповідно до цих принципів, які людина сформувала для себе, вона ставить головну мету в своєму житті, так би мовити пише план на майбутнє та розроблює шляхи досягнення цієї мети.

На іншому щаблі, який вважається менш розвинутим видом, людина деталізує принципи сенсу життя, відповідно до свого життєвого курсу. Якщо є умови, щоб задовольнити все необхідне стосовно сенсу життя, індивід формує систему оцінювання різноманітних сторін життєдіяльності. В кожної людини є головні сфери в житті, знаючи їх можна зробити висновок про сенс життя цієї людини.

Все це можна прслідкувати на прикладах вибору професійної трудової діяльності, виборах цінностей, які важливі для особистості, відношенні до культури. Соціологи в своїх дослідженнях зробили такий висновок: якщо у людини високий інтелектуальний розвиток, то в неї буде і великий життєвий досвід, більш відповідальна професійна діяльність. В такому випадку індивід тлумачить сенс життя виходячи з вирішення різноманітних завдань для суспільного розвитку та творчості. Не можна виправдати таке життя, яке пройшло марно і не служило для суспільства та його інтересів (Н. Лєсков).

Коли особистість робить внесок для того, щоб досягнути цілей на благо суспільства, тільки тоді це створює необхідні умови для розвитку різноманітних талантів індивіда, збагачує емоційні та інтелектуальні сфери життя. Гегель казав, що коли людина втілює у реальність значущі цілі, тільки тоді вона може віднайти та проявити свій великий характер та силу і таким чином стає взірцем для інших людей, які хочуть брати з нех приклад. Якщо особистість обирає такий шлях, то її життя – це вже не суб'єктивна цінність, воно має достеменний сенс, тому що служить на благо суспільства та його розвитку. Для того, що втілити це в реальність індивід повинен розуміти завдання, які ведуть до суспільного розвитку і співставляти з ними свою власну мету та цілі.

**1.3. Формування цінності життя у підлітків**

Ідея вивчення формування цінності до життя у підлітків складається з таких основних положень.

При вивченні формування цінності життя у підлітків обов’язково має бути присутній зв’язок різних наукових підходів та їх взаємодія. Дане положення називається методологічним. Розглянемо основні наукові критерії, підходи.

а) критерій системності, в якому цінність до життя преставлена цілісною одиницею зі своєю структурою, зв’язками. Для того, щоб допомогти підлітку сформувати цінність життя необхідно створювати та використовувати різноманітні педагогічні прийоми;

б) критерій антропологічності передбачає об’єднання психічних, духовних, біологічних та соціальних складових;

в) критерій індивідуально-діяльнісний, передбачає створення взаємодії між суб’єктами, від учителя до учнів і до батьків. Під час такої взаємодії учень осмислює свою індивідуальність, відчуває себе особистістю, розуміє свої таланти, здібності і приймає активну участь у соціальному житті;

г) критерій аксіологічний. При вихованні дітей слід брати за основу моральні цінності, враховувати життя природи навколо та інших людей, формувати цінність власного життя;

д) критерій компетентності передбачає, що процес виховання повинен бути напрвлений на оволодіння практичними результатами. Особистість повинна зрозуміти основні життєві позиції, які допоможуть їй самостійно знаходити рішення для вирішення різноманітних завдань та проблем на її шляху;

е) критерій культурологічності. Підлітки повинні усвідомити та осягнути культурні досягення свого народу та всього людства загалом.

Положення, які допомагають зрозуміти та осягнути сенс життя, структуру та основні позиції цінності життя називаються теоретичними.

Після того, як були опрацьвані теоретичні ресурси можна дати визначення та зрозуміти таке основне поняття як цінність життя. Особистість, яка розуміє цінність життя, ставиться до нього як до самої значущої людської цінності. Вона розуміє важливість пошуку сенсу життя, його організації та безпеки. На своєму шляху використовує творчі засоби для досягення результатів, оптимістично дивиться в майбутнє, створює необхідні умови для всласної реалізації в суспільстві з його актуальними проблемами. Цінність життя предствалена як такі надбання: повнота життя, оптимізм та безпека, життєва обізнаність, здатність виживати в важких умовах, тощо.

Говорячи про перевірку умов, зокрема педагогічних за допомогою експерименту та практичне доведення важливості формування цінності життя у підлітків можна виділити технологічні положення. Для зазначених положень обов’язково розробляються рекомендації, організовуються роботи експериментальних шкіл, де проводять різноманітну науково-дослідну роботу.

Вченим, гумністично-екзистенційного напрямку в психології, Віктором Франклом були виділені такі смисложиттєві цінності: 1) цінності переживання; 2) цінності творчості; 3) цінності відношення. Він вважав, що за допомогою цих цінностей можна виділити основні способи, які в свою чергу допоможуть знайти сенс свого життя, т.т зробити життя осмисленим. В творчості особистість представляє людству власні результати. В свою чергу – переживання цінностей – людина отримує від світу, соціуму. Також людина приймає те, чого не може змінити, все що вона може – це дати оцінку тому, що відбувається.

Праця – важливий внесок у суспільство, це і становить основу цінностей творчості. Тільки від людини залежить чи зможе вона досягти самореалізації в своїй професії, і не важливо, яка саме ця сфера. Будь-яка праця – вже являється значним вкладом у соціум.

Закоханість, любов на думку вченого Віктора Франкла робить людину такою, яка може бачити – ці почуття мають велике значення в цінностях переживання. Кохання не робить людину сліпою, воно дозволяє побачити те, що тільки може бути.

Те як людина ставиться до власного життя, як сприймає різноманітні випробування на своєму шляху, як долає ці перешкоди, наскільки вона є сильною і мужньою визначає цінності відношення. Особистість може знайти сенс свого існування за будь-яких умов.

Індивід завжди має змогу вибирати, як відноситися до власних фізичних чи психічних особливостей. Найкраще це можна прослідкувати у тих випадках, коли треба визначити ставлення до власної хворої психіки. На початковому єтапеі сенс життя представляється як якась незрозуміла та нечітка мрія. Пізніше ця мрія набуває більш чітких обрисів у вигляді майбутніх планів, життєвого шляху, тощо. В підлітковому та юнацькому віці все мрії направлені в майбутнє, визначення свого життєвого шляху втілюється в більш конкретних цілях та планах на життя. В цей період такі роздуми про сенс життя, питання для чого я живу є тотожними з власними планами, т.т з тим, що потрібно робити. Вони є нероздільними.

Виділимо окремо педагогічні умови за яких у підлітків формуються цінності життя:

а) Щоб вчителі були готові формувати у підлітків дані цінності, педагогам постійно слід удосконалювати методично-теоретичну базу;

б) Між школою та сім1єю повинні бути встановлені партнерські та взаємовідповідальні стосунки;

 в) Створювати та організовувати різноманітні види діяльності для підлітків, які допоможуть їх спрямувати до певного вибору: спортивна діяльність, технічна, творча, філософсько-психологічна, трудова, тощо.

Для створення різноманітного розвивального середовища, для спілкування та взаємодії можна використовувати інноваційні засоби. Це можуть бути групи в мережі інтернет, різноманітні сторінки з пізнавальною, корисною та цікавою для підлітків інформацією, яка допоможе визначитися їм з життєвим напрямком. Організація різноманітних тренінгів на основі бесід з батьками та побажань підлітків допоможе краще зрозуміти себе та зробити вибір на користь тієї чи іншої діяльності. Також в роботі з підлітками можна застосовувати традиційні засоби. До них можна віднести спільну діяльність та зустрічі для вчителів, батьків та учнів, організація та проведення різноманітних бесід та дискусій, виконання творчих завдань, екскурсії, спортивні заходи, свята, трудова діяльність.

Для розвитку екзистеційних потреб доцільним буде використання народної спадщини: легенд, казок, притч, байок.

Дуже часто у підлітків може спостерігатися девіантна поведінка.

Звичайні, буденні дії особистості не викликають у інших людей негативних емоцій, зокрема таких як страх, гнів, непорозуміння, шок. Девіантна ж поведінка навпаки викликає такі емоції у більшості психічно здорових людей. Можна виділити позитивну і негативну девіантну поведінку. Позитивна девіантна поведінка не порушує закон та правила, встановлені в суспільстві, до неї можна включити талант, який може виявитися геніальністю, гіперактивність. Окремо виділимо види негативної девіантної поведінки:

1. Негативне відношення до людей та тварин, яке викликає осуд у оточуючих.
2. Проживання індивіда (дитини або підлітка) в різних місцях, не має власного дому, жебракування.
3. Наявність шкідливих звичок: наркотична, алкогольна та ігрова залежності. Вчинення дій, які суперечать законам: крадіжки, проституція.

Соціальне оточення, в якому живе людина надзвичайно впливає на появу девіантної поведінки. Вона також може виникати коли у індивіда є відповідні цілі, але не має можливих засобів для їх реалізації. Тоді підліток може діяти всупереч нормам, правилам та законам, які встановлені в суспільстві. Другий різновид девіантної поведінки характерний для людей, які виступають проти створених та сталих правил, для терористів, революціонерів, повстанців. Розгдянемо риси девіантної поведінки:

- під дією горманальних змін в організмі у підлітків виникає підлітковий та юнацьий максималізм, поведінка, яка була раніше не характерна для особистості і яка виходить за межі встановлених правил у суспільстві. Це призводить до різноманітних проблем як психічних так і фізичних. Іноді підлітки вчиняють наперекір дорослим, тільки, щоб не погоджуватися з ними, з \хніми правилами та заборонами.

- дії, які вчинють підлятки часто ведуть до конфліктів з батьками, однолітками, вчителями, знижують успіхи в навчанні. Часто в цей період виникають комплекси, страхи та фобії, самооцінка стає нижчою ніж була раніше. Нерозуміння та засудження вчинків підлітка з боку дорослого викликає ще більший спротив і небажання змінювати свою поведінку.

Поштовхи, які спричиняють винекнення девіантної поведінки можуть бути різноманітними.

Першопричина, яка спровокувала негативні дії чи вчинки завжди є. Інша справа, що її не так легко зрозуміти, особливо, коли девіантна поведінка триває довгий період часу. Погані відносини, непорозуміння, конфлікти в сім'ї та за її межами з однолітками або друзями досить часто стають причиною негативної поведінки. Діти з неповних сімей знаходяться в групі ризику, адже часто їм не вистичає уваги, піклування з боку значущих дорослих. Психіка дітей завжди страждає, коли в сім'ї відбуваються такі зміни як розлучення або ж смерть одного з батьків. Не завжди батьки знають про проблеми своїх дітей, а часто, коли навіть і знають, не вважають це проблемою і не розуміють наслідків, до яких ця проблема може призвести. Важливо не ігнорувати проблеми дитини, а намагатися допомогти їх вирішити, можливо з залученням компетентних фахівців. Наведемо неповний перелік основних проблем, які можуть призвести до девіантної поведінки:

- немає контролюючого дорослого, дитина розуміє, що може робити, що завгодно і її за це не покарають;

- комплекси, страхи, фобії, які можуть виникати у підлітка в процесі розвитку;

- негативний погляд на світ, на людей в ньому, агресивні дії по відношенню до інших, частий поганий настрій та небажання спілкуватися;

- психічні розлади, які потребують лікування.

Батькам часто важко зрозуміти, що є проблемою та відхиленнями в поведінці підлітка, а що ще можна вважати за норму. У кожному випадку це може бути індивідуально, також в різних суспільствах різні правила та закон, тому це треба враховувати при аналізі поведінки особистості. Можна виділити різні форми девіантної поведінки. Розглянемо кожну з них більш детально.

При *адиктивній поведінці* підліток намагається сховатися в уявний світ, втекти від реальності, в якій він не хоче або не може знаходитися. В уявному, затьмареному світі немає нічого негативного, ні емоцій, ні людей, виникають тільки позитивні відчуття. «Addiction» в перекладі з англійської мови означає «шкідлива звичка». Потрапити у несправжній світ допомагають шкідливі звички та поведінка: вживання наркотичних та алкогольних речовин, різноманітні компьютерні та азартні ігри, проституція.

Поведінка, яка порушує норми закону називається *делінквентною.* Вона може бути слабка, середня і важка. До слабкої можна віднести вживання непристойних слів в громадських місцях, хуліганство, підліток намагається звернути на себе увагу такими діями. За такі дії передбачене незначне покарання. Для середнього виду деліквентної поведінки характерні такі дії, як поява в алкогольному або наркотичному сп'янінні на робочому місці або ж в учбовому закладі, систематичні запізнення, т.т.це така поведінка, яка порушує норми та правила трудового законодавства. Для важкої деліквентної поведінки характерні серйозні правопорушення: насилля, продаж наркотичних речовин, проституція і передбачена кримінальна відповідальність у вигляді обмеження волі.

Для того, щоб дати визначення *аморальній поведінці* потрібно зрозуміти, що означає мораль, а це зробити досить важко. Адже мораль суттєво відрізняється в різному соціально-культурному середовищі. Розглянемо такий вчинок як подружня зрада. В багатьох країнах це засуджується, а наприклад в Японії це не вважається чимось аморальним і неправильним. Школи гейш гарно розвинені в цій країні. В інших же країнах, зокрема в Україні подібні заклади є за межею закону і за подібні заняття передбачена кримінальна відповідальність. Види девіантної поведінки правильно буде розгляди в кожному конкретному суспільстві окремо, аналізуючи норми моралі, які притаманні тій чи іншій національності або країні.

Суїцидальна поведінка – дії, які вчиняє з собою індивід і які призводять до нанесення шкоди своєму здоров'ю та життю. В період підліткового віку самогубство досить часто зустрічається.

Часто підліток не розуміє до чого можуть призвести власні дії, вони можуть бути вчинені в стані аффекту, який може спричинити травма або сильне психологічне потрясіння. Іноді підлітки такими діями намагаються привернути увагу до своєї особи з боку дорослих, хочуть викликати співчуття. Суїцидальна поведінка може бути вчинена заради розваги.

Розглянемо наслідки до яких може призвести девіантна поведінка. Проблемою сучасності є те, що девіантна поведінка стає масовою. В кожному конкретному випадку від людини залежить, чи захоче вона змінити свою реальність та поведінку і повернутися до нормального життя. Найосновніші наслідки девіантної поведінки – це погіршення стану фізичного та психічного здоров'я, відхилення у розвитку особистості. Девіантна поведінка підлітків змушує терпіти сильні переживання рідних та друзів.

Слід зазначити, що девіантна поведінка піддається корекції.

Виділимо такі основні положення для коррекції девіантної поведінки.

1. Підліток має бути інформованим про різницю між нормальною та двіантною поведінкою. З цією метою проводяться бесіди, уроки, практичні тренінги, де підліток може зрозуміти причинно-наслідкові зв'язки. Важливо, щоб повсякденне життя було позитивно направленим, без емоційних «гойдалок».
2. Можна запропонувати підлітку вчинити такий вчинок на який би він не наважився раніше, наприклад стрибок з парашутом або спробувати творчість, такі способи коррекції називаються терапією протилежністю.
3. Знайти такі види для самовираження особистості підлітка, які не будуть суперечити нормам та правилам в даному соціумі.

Щоб не займатися корекцією девіантної поведінки важливо забеспечити її профілактику. Вчені довели, що зростання злочинності у суспільстві напряму має відношення до зростання девіантної поведінки у підлітків та осіб юнацького віку. Профілактика девіантної поведінки має проводитися в усіх навчальних закладах без виключення. Підлітки мають розуміти, що за кожну їхню протиправну дію вони будуть нести відповідальність і бажано, щоб вони детально знали, яка ця відповідальність в кожному конкретному випадку. До профілактичних засобів можна віднести: лекції, ігри, тренінги, уроки. Мета проведення цих заходів – сформувати корректне відношення підлітка до своєї особистості.

В період підліткового віку у людини починає формуватися мотивація до майбутнього життя, важливо забезпечити правильний напрямок цієї мотивації, адже вона буде впливати на все подальше життя людини.
Важливу роль в цьому процесі відіграють дорослі, зокрема батьки.

Як же можна забезпечити формування мотивації до навчання?

На першому етапі необхідно визначити причину низької мотивації. Можливо у вихованні підлітка були допущені помилки або ж його просто не навчили вчитися. Для підлітка не діє далекоглядка перспектива про те, що колись у майбутньому він зможе гарно заробляти. На мотивацію до навчання може вплинути тільки близька перспектива. Дитина так чи інакше стикається з проблемами в навчанні, з різноманітними труднощами. Важливо, щоб людину навчили долати ці. Також мотивації до навчання може не бути, якщо в минулому підліток стикався з негативними емоціями під час виконання завдання, наприклад спробував зробити щось декілька разів, а в нього нічого не вийшло і пізніше він вже, навіть, не хоче спрбувати. Батьки насамперед повинні вірити в можливості і в таланти своєї дитини, а дитина в свою чергу буде пізніше вірити в себе і прагнути до результату, незважаючи на всі труднощі на шляху.

На наступному етапі, після виявлення причин низької мотивація, можна застосовувати корекційну роботу. Якщо треба навчити дитину самостійно вчитися, контролючати себе та свій час, виправляти помилки та планувати подальшу діяльність. Для того, щоб виправити помилки, хибні рішення, спочатку треба зізнатися самому собі, що помилявся, після чого розробити план корекції і спробувати знову.

Коли дитина тільки розпочинає свою навчальну діяльність контроль з боку батьків необхідний, це стане запорукую подальшого успішного навчання. Цей процес протікає дуже індивідуально і батьки повинні орієнтуватися на індивідуальні особливості своєї дитини та допомагати складати план на день, що за чим потрібно робити. Зараз мова йде в більшості випадках про дітей початкової школи, хоча досить часто і і середній школі дитині важко організувати себе та планувати час та діяльність. Існують різноманітні проблеми у дітей, може бути несформований самоконтроль, часто діти не вміють працювати з текстами, виділяти в ньому головне та другорядне.

Наступну рекомендацію можна сформолювати так: «Дозвольте дитині робите те, що вона вміє». Часто батьки намагаються допомогти дитині і виконують завдання за неї. Дитина може не знати рішення і самим простим для дорослого здається показати як можна вирішити завдання, хоча правильно буде створити таку ситуацію або умови, коли дитина самостійно зможе знайти рішення. Навіть якщо дитина погано справляється з завданням, або воно займає багато чау у неї, нехай робить його в своєму темпі, аже таким чином вона вчиться долати труднощі. Коли батьки постійно вирішують завдання за дитину, вона починає маніпулювати і навіть не хоче намагатися сама вирішити проблему. Створення зон розвитку є дуже важливим в різні вікові періоди росту людини.

Оцінювання має велике значення, часто оцінювання вчителями та батьками відрізняється. Вчителі порівнює успіхи дитини з іншими дітьми в класі, і ця оцінка може бути неправильною і викликати у дитини негативні емоції і небажання вчитися (якщо дитина наприклад старалася і довго працювала але на думку вчителя погано справилася). При використанні оцінки стосовно дітей та підлітків важливо порівнювати результати та розвиток індивіда в минулому і сьогодні. Чого вдалося досягти за певний період часу. Така оцінка не занижує самооцінку підлітка та допомагає йому зрозуміти свої сильні та слабкі сторони.

Було доведено, що в сім'ях де дітям допомагали та підтримували при виконанні складних завдань або таких, які дитина робить вперше, формувалася висока мотивація до успіху і як наслідок висока мотивація до навчання. А в сім'ях, де тільки контролювали та застосовували покарання або ж не звертали увагу, дитина боялася зробити помилку, в такому випадку формувалася низька мотивація до навчання.

Рівень самооцінки також впливає на мотивацію до навчання. Чим нижча самооцінка тим нижча навчальна мотивація. Підлітки, які мають завищену самооцінку часто не помічають та не визнають своїх помилок, завищують свої успіхи та здібності.

Не слід зациклюватися лише на навчанні та на результатах. Адже особистість багатогранна, і маючи не високі знання, можна бути щасливою та самодостатньою людиною. Головні складові самодостатньої особистості – це повага до себе та інших, впевненість у своїх силах, позитивна налаштованість до світу, адекватна самооцінка.

Чи потрібно заохочувати дітей до навчання? Розглянемо різні види заохочення, воно може бути матеріальним, але тут криється небезпека, через певній проміжок часу дитина без матеріальної винагороди не захоче нічого робити. Також даний вид заохочення може спонукати дитину йти до своїх цілей будь-якими шляхами. Кожна сім'я вирішує самостійно чи використовувати матеріальне заохочення чи ні. Також зоохочення може заключатися в спільно проведеному часі з дитиною, це можуть бути сумісні прогулянки, походи, відвідування різноманітних закладів, куди дитина хотіла сходити (кінотеатр, розважальний центр, тощо). Батьки та дитина можуть поспілкуватися та гарно провести час один з одним.

В підлітковому віці важливоо не припиняти спілкування з дитиною, щоб підліток був впевнений, що може довіряти дорослому. Непотрібно постійно нагадувати про невдачі підлітка і про його промахи, треба навчити його аналізувати причини невдачі і при необхідності (якщо підліток попросить) допомогти йому. Треба пояснювати, що вміти вчитися – це нелегкий процес і щоб досягти успіху треба прикладати зусилля та час. Це підготує підлітка до успішної професійної діяльності в майбутньому.

Батькам важливо не тиснути на підлітка і не чекати миттєвих результатів, адже кожна людина особистість з власним темпом розвитку. Іноді буває регрес або застрягання на місці, головне не зупинятися і працювати далі для того, щоб підвищити мотивацію до навчання. Результат обов'язково буде.

**Розділ 2. Емпіричне дослідження проблеми пошуку сенсу життя**

Під час проведення емпіричного дослідження мною були вибрані наступні методики:

1. Шкала екзистенції
2. Тест смисложиттєвих орієнтацій (Д.О.Леонтьев)
3. Система життєвих смислів (Котлякова В.Ю)

Вибірку досліджуваних склали 40 учнів старших класів шкіл м. Києва, вік досліджуваних 14-16 років. Також досліджуваних було поділено на групи за статтю: 42.5% - хлопці, 57.5 – дівчата.

Тестування проводилося он лайн, отримані результати досліджувані відправляли по електронній пошті.

Екзистенційна шкала, виходячи з основних антропологічних задатків, включає в себе свободу, персональність, сповненість, самодистанціювання, відповідальність, самотрансценденцію, екзистенціальність. Ці основні здібності необхідні для визначення сенсу життя.

В теоретичній частині роботи було розглянуто таке визначення віктора Франкла як «екзистенційна виконаність». Це поняття використовується в психології для визначення рівня якості життя або щастя. В філософській літературі щастя роглядається як свобода від страждань, гарне самопочуття, інтерес до життя. Як зазначав Аристотель, що щастя через гідність – це і є евдемонічне щастя або ж понття виконаності.

**2.1. Шкала екзистентності (Мал.1)**

Шкала «самодистанціювання» показує наскільки особистість може формувати вільний внутрішній простір. За допомогою неї можна визначити чи може особистість відсторонитися від самої себе. Якщо більш детально, це означає, що людина може дистанціюватися від своїх почуттів, емоцій, намірів, бажань для того, щоб побачити себе зі сторони. Людина може не відгукуватися на якісь стимули, а може розглянути та проаналізувати ситуацію або проблему з іншого ракурсу. Зазначимо, що дана шкала не визначає чи є у людини проблеми чи вони відсутні, чи є страхи, почуття, цілі, чи ні. Розвинуте самодистанціювання дозволяє особистості відсторонитися від цього, не реагувати емоційно, а тверезо подивитися на ситуацію.

Досліджувані отримали середні (25 %) та низькі (75%) результати за даною субшкалою (від 21 до 35 балів, середній показник 25 балів).

Дані показники говорть про наявність проблем з дистанціюванням. Причини низьких балів є неоднозначними. В підлітка може бути внутрішня розгубленість, викликана конфліктом, реакція на травматичну подію. Також може бути внутрішня фіксація на будь-чому. Такий стан може виникати при довготривалому незадоволенню необхідних потреб. Недостатня зрілість особистості – також є однією із причин низьких показників за шкалою «самодистанціювання». Індивіди, які отримали низькі показники виявляють обмежене світосприйняття, необ'єктивність. Причини можуть критися в особистих проблемах у житті або великим навантаженням, наприклад у навчанні. Часто такі особистості постійно згадують свої невдачі та звертають надмірну увагу на себе.

Наступна шкала «самотрансценденція» показує наскільки особистість відчуває різноманітні цінності. Зокрема здатність до співпереживання, при проживанні свого життя керуватися не лише власними цілями, а і сенсом життя взагалі, зуміти відчути близькість, спорідненість з іншою людиною, уміння жити не тільки заради себе, вільно виявляти різноманітні емоції та відгукуватися на значущі події для свого життя, бути здатним сприймати внутрішні глибокі переживання. За умови отримання середніх та високих результатів, можна говорити, що людина знає як побудовано світ та може сприймати внутрішній стан використовуючи почуття. Здатність до самотрансцендентності – ставлення не зовнішнє, а внутрішнє до всьго пережитого у житті. Індивід може переживати і уявляти ці суб'єктивні цінності (наприклад здатність до стражання чи задоволення).

65% досліджуваних отримали середні результати за даною субшкалою (від 58 до 75 балів)

35% досліджуваних отримали низькі результати (від 41 до 57 балів). Середній показник 63 бали.

Дані результати говорять про небагатий емоційний світ, дефіцит емоційних стосунків з людьми та світом. Недостача емоційності провокує почуття невпевненості в правильному сприйнятті почуттів та цінностей. Підлітки часто самі не знають чого хочуть і що їм близьке, або знають і сумніваються в цьому. Зокрема в підлітковому віці досить важко пояснити, що значить та чи інша емоція, переживання і які їх цінності. Змістовна наповненість переживань, їх важливість та цінність обмежені в підлітковому віці.

Здатність приймати рішення, вирішувати вимірює шкала «свобода». Особистість може знайти не уявні, а реальні варіанти дій, проаналізувати та систематизувати їх, що допоможе прийняти виважене рішення

Такі особливості характеру, як мужність, сила, відстоювання своєї думки, концентрація впливають на спроможність людини діяти. З іншого боку ця здатність діяти залежить від ситуації, яка склалася та які є варіанти вибору для дій. Перераховані внутрішні та зовнішні фактори визначають, яке конкретно рішення буде прийняте. Головне, щоб серед всіх варіантів людина змогла зробити вибір на користь важливого саме для неї.

100 % досліджуваних виявили середні показники (від 37 до 57 балів, середній показник 48 балів)

Здатність прийняті рішення доводити до кінця вимірює шкала «відповідальність». Рішення повинні бути прийняті, виходячи з власних цінностей. Кожна особистість може приймати рішення спираючись на впевненість, що це рішення потрібне для неї чи для когось іншого, тобто вона має певні зобов'язання перед собою або перед іншими. Допомагає втілювати такі рішення в життя впевненість, що вона все правильно робить. Якщо ж цієї впевненості немає, тоді на перший план виходить почуття обов'язку. Стабільна самоцінність схильна формуватися під впливом відповідальності.

Всі досліджувані виявили середній рівень (від 42 до 63 балів, середній показник 52 бали)

Відкрите сприйняття людиною світу та себе в ньому показує шкала «персональність». Вона являється ознакою того, наскільки особистість емоційно та когнітивно доступна як для світу так і для самої себе.

Показники низькі (68%) та середні (32%) від 77 до 100 балів, середній показник 83 бали.

Отримані низькі показники, як і низькі показники за шкалою «самодистанціювання» можуть говорити про незрілість особистості або душевні переживання, які тривають довгий період часу. Блокуються персональні базові здібності, вони перестають використовуватися. В подальшому житті це може викликати психічні розлади.

Шкала «екзистенційність» показує можливості особистості орієнтуватися в навколишньому, приймати та втілювати власні рішення, таким чином змінюючи своє життя в позитивному напрямку.

Середні показники (82-122 бали, середній показник – 93 бали)

Наповненість буття змістом конкретної особистості визначає шкала «сповненість». Результати говорять про те, як людина спроможна пізнати світ та себе у ньому, наскільки вона готова дотримуватися зовнішніх та внутрішніх вимог та співставляти їх з особистими цінностями. Людина відчуває власні потреби та завдання, а також розуміє, що вимагають ситуації, які переплітаються одна з одною.

Досліджувані отримали в основному низькі показники (від 150 до 180 балів, середній показник 167 балів). Для низьких показників характерна нерішучість, немає відповідального включення в життя, ззосередженість на собі. Це свідчить про емоційну вразливість та про те, що індивід проходить шлях екзистенційного становлення. Показники збільшуються у процесі особистісного зростання.

**2.2. Методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д.О. Леонтьєв (Мал.2,3)**

Використана методика складається з п’яти шкал для психодіагностики. Ці шкали показують процес життя, результат життя, цілі життя, локус контролю – життя, та локус контролю – Я, а також загальний показник осмисленості життя.

Цілі у житті. Сама назва говорить за себе та показує наявні цілі у житті особистості або ж їх відсутність. Дані цілі роблять життя наповнене сенсом, спрямоване у майбутнє. Особистість яка застрягла у минулому і живе ним, або ж орієнтується на сьогоднішній день і не ставить цілі на майбутнє отримає низькі показники за даною шкалою. Високі бали характерні для цілеспрямованої особистості, але разом з тим можуть говорити, що плани цієї особистості не мають ніякого підгрунтя для їх здійснення і лдина не несе відповідальність за втілення в життя цих планів. Щоб відрізнити ці випадки слід звернути увагу на інші показники з даного дослідження.

 Досліджувані набрали від 18 до 35 балів, середній бал – 23.

Процес життя, або інтерес та емоційна насиченість життя. Досить влучно цю шкалу може охарактеризувати один із постулатів в психології: «Єдиний сенс життя в тому, щоб жити». Цей показник визначає чи вважає особистість своє життя сповненим змістом, емоційно насиченим та привабливим. Людина, яка звикла жити лише сьогоднішнім днем та отримувати насолоду отримує високі бали за цією шкалою. Для низьких балів характерно: незадоволеність власним життям тут і зараз, при цьому особистість бачить сенс в житті, коли занурюється у минуле або майбутнє. Досліджувані набрали від 13 до 25 балів, середній бал – 18.

Результативність життя, чи задоволеність самореалізацією. Дана шкала показує те, як людина оцінює свій пройдений шлях, чи осмисленим та продуктивним він був. Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною та осмисленою була прожита її частина. Високі бали за даною шкалою та низькі за всіма іншими говорять про особистість, в якої вже майже все життя пройшло і тільки минуле надає сенс її існуванню. Низькі бали свідчать, що особистість незадоволена тим відрізком життя, який прожила.

Досліджувані набрали від 15 до 31 балу, середній бал – 25.

Локус контролю – Я(Я – господар життя).

Людина сприймає себе як сильну особистість в якої є свобода вибору, вона будє своє життя відповідно до власної мети та сенсу життя – такі характеристики характерні для високих балів. Низькі бали – людина не вірить у власі сили, не може контролювати своє життя.

 Досліджувані набрали від 10 до 22 балів, середній бал – 14.

Локус контролю – життя або ж керованість життя.

Високі бали – я контролюю своє життя, легко приймаю рішення та реалізую їх на практиці у власному житті. Низькі бали – впевненість в ому, що людина не може контролювати своє життя за допомогою свідомості, свободи вибору не існує – це все ілюзія і не варто будувати плани на майбутнє, фаталізм.

Майже всі досліджувані набрали середні бали (від 22 до 35 балів, середній показник 28 балів).

 Як ми бачимо на діаграмах, 57 % досліджуваних мають низький рівень осмисленості життя, 30 % середній рівень та 13 % високий рівень осмисленості життя.

**2.3. Методика «Система життєвих смислів» (Мал.4)**

Дана методика включає в себе 24 тверждень, які стосуються смислів життя, ці твердження необхідно розмістити в порядку спадання, спочатку обирати найбільш важливі для життя, а закінчити найменше значимими.

Альтруїстичні смисли – середній бал 14. Дані смисли базуються на потребі особистості допомагати іншим людям, не вимагаючи ніякої винагороди, безкорисні дії, намагання робити добро, жити та діяти на загальне благо, нехтуючи власною вигодою.

Екзистенційні смисли - середній бал 10. Особистість надає цінність самому проживанню життя, можливості мати вибір, відчувати любов – це і є її основні потреби.

Гедоністичні смисли - середній бал 12. Смисли основані на потребі людини бути щасливою, насолоджуватися життям, відчувати різноманітні емоції та отримувати від них задоволення.

Смисли самореалізації - середній бал 13. Характеризують потребу людини реалізувати свої таланти та здібності, викнати своє призначення, удосконалювати свою особистість та стосунки зі світом на протязі всього життєвого шляху.

Статусні смисли - середній бал 14. Притаманні особистості, яка хоче займати високе становище в соціумі, досягти успіху та визнання своїх здібностей оточуючими, аактивно підніматися по кар’єрній драбині.

Комунікативні смисли - середній бал 18. Характеризують потребу особистості спілкуватися з іншими людьми, переживати емоції в процесі спілкування, відчувати потребу приймати участь у житті інших людей.

Сімейні смисли - середній бал 18. Базуються на потребі особистості піклуватися про свою сім'ю, жити для її блага, намагатися дати все краще дітям, приймати участь у житті близьких та рідних..

Когнітивні смисли - середній бал 10. Характеризують потребу людини пізнавати життя, розуміти протиріччя навколишнього світу та особистості в ньому, намагатися шукати сенс життя і причини того, що відбувається в ньому.

При порівняння результатів беремо до уваги, що чим менша сума рангових значань, тим більшу вагу має ця категорія смислів в системі життєвих смислів, і навпаки.

Залежно від отриманої суми рангових значень за кожною категорією, можна оцінити представленість кожної з категорій у системі життєвих смислів:

18 - 24 бали – дані смисли представлені слабо у системі життєвих смислів

10 - 17 балів – дані смисли представлені достатньо у системі життєвих смислів

3 - 9 балів – дані смисли домінують у системі життєвих смислів.

**Висновки**

На основі проведених досліджень можна зробити висновки, що в підлітковому віці продовжується розвиток особистості. За шкалою екзистентності, зокрема по таким субшкалам як самодистанціювання, персональність, сповненість досліджувані набрали низькі бали, що може говорити про незрілість особистості. Також за методикою Леонтьева «Тест смисложиттєвих орієнтацій» у 57 % підлітків був виявлений низький рівень осмисленості життя і лишу у 13% - високий рівень осмисленості життя. Це говорить про те, що часто підлітки не знають, не можуть зрозуміти, чого насправді вони хочуть. На даному етапі розвитку важливе включення дорослих. Необхідно проводити індивідуальні бесіди, різноманітні тести, які допоможуть підліткам зрозуміти свої вподобання та схильності стосовно майбутньої професійної діяльності. Вік 13-19 років – це час швидких змін в організмі, особистість в цей час прагне глибоких взаємин (дружба, закоханість) та потребує більшої свободи. Батьки, вчителі, психологи можуть допомогти підліткам приймати правильні рішення, ознайомити їх з наслідками цих рішень, адже саме в підлітковому віці (дитина в минулому та доросла особистість в майбутньому) людина вчиться робити життєвий вибір. Щоб підлітки почували себе щасливими оточуючим необхідно звертати увагу на те, в чому особистість успішна, а не на те, що з нею не так. Це не означає, що недоліки треба ігнорувати. Важливо навчити підлітків ставити реалістичні цілі та намагатися їх досягнути, адже це сприяє підвищенню самооцінки та задоволеність власним життям.

Дані дослідження проводилися з дітьми (100%), які були вимушені залишити країну, власний дім із-за війни, тому всі підлітки зараз дуже розгублені, і якщо до початку війни в них були якісь цілі та плани на власне життя, то зараз ситуація змінилася. Багато дорослих не знають, що буде чекати їх у майбутньому, а підліткам ще важче зорієнтуватися і поставити нові цілі.

**Список використаної літератури:**

1. Сенс життя як найвища моральна цінність людини [Електронний ресурс] / [В. Е. Франкл, В. Ш. Сабиров, В. Н. Шилов та ін.] – Режим доступу до ресурсу: <https://ru.osvita.ua/vnz/reports/culture/10899/>
2. [Корнієнко І.](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=A=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BD%D1%96%D1%94%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%86$) Особливості формування життєвих цінностей та пошуку сенсу життя в юнацькому віці / І. Корнієнко, М. Васильчук // [Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9669695). - 2014. - Вип. 19(2). - С. 85-92. – Режим доступу:  [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp\_2014\_19%282%29\_\_15](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=znpfsp_2014_19%282%29__15)
3. РАШКОВСЬКА І. В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ СТАНОВЛЕННЯ ІДЕАЛЬНОГО «Я» ПІДЛІТКА : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. УДК 373.5.015.3 "педагогічна та вікова психологія" / РАШКОВСЬКА ІЛОНА ВЛАДИСЛАВІВНА – Київ, 2015. – 23 с.
4. МАЛИНА О. Г. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ СТИЛЮ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ І ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. УДК 159.922.7 – "педагогічна та вікова психологія" / МАЛИНА ОЛЕНА ГРИГОРІВНА – Київ, 2009. – 25 с.
5. Хохлов А. Поняття про фізіологічну і соціальну зрілість. Ознаки фізіологічноі і соціальної зрілості. [Електронний ресурс] / Александр Хохлов – Режим доступу до ресурсу: <http://www.lit.dp.ua/oz/1.html>.
6. Павелків Р. В. Вікова психологія / Р. В. Павелків. – Київ, 2015. – 469 с. – (2-е, стер. - К.: Кондор).
7. Ирвин Д. Я. Экзистенциальная психотерапия / Дэвид Ялом Ирвин., 1999. – 576 с.
8. Чурсіна Л. В. Девіантна поведінка у дітей та підлітків [Електронний ресурс] / Л. В. Чурсіна – Режим доступу до ресурсу: <http://health-ua.com/article/25669-devantna-povednka-udtej-tapdltkv>
9. Красильников І. О. ЕКЗИСТЕНЦІЙНО‐КОНФЛІКТНІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ В АСПЕКТІ ЦІННІСНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ [Електронний ресурс] / Ігор Олександрович Красильников. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/visnyk_PO/15_44_2021/social/Bulletin_15_44_Social_and_behavioral_sciences_Krasilnikov_Mats.pdf>
10. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер [Електронний ресурс]. – 2009. – Режим доступу до ресурсу: <https://laengle.info/userfile/doc/ESK-Krivtsova--L%C3%A4ngle-Bull-09.pdf>
11. МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ СИСТЕМЫ ЖИЗНЕННЫХ СМЫСЛОВ [Електронний ресурс] // сборник «Сибирская психология сегодня: Сборник научных трудов». - Вып. 2. - Кемерово: Кузбассвузиздат, 2003. - 410 с. – 2003. – Режим доступу до ресурсу: <http://hpsy.ru/public/x2630.htm>
12. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya\_galyan\_i\_(ch\_3)\_1498595503.pdf [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: [http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya\_galyan\_i\_(ch\_3)\_1498595503.pdf](http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_galyan_i_%28ch_3%29_1498595503.pdf)
13. Мусаелян О. М. Смисложиттєві орієнтації та особливості їх впливу на схильність до аутоагресивної поведінки студентської молоді [Електронний ресурс] / О. М. Мусаелян – Режим доступу до ресурсу: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/507397.pdf>
14. 15 ознак психологічної зрілості за Абрахамом Маслоу. https://kerivnyk.info/. URL: <https://kerivnyk.info/2015/04/15-oznak-psyholohichnoi-zrilosti.html>
15. Сенс життя. URL: <https://www.stud24.ru/ethics/sens-zhittya/466057-1767069-page1.html>
16. Чому любити себе так важливо? - Журнал Експеримент. Журнал Експеримент. URL: <https://experyment.com.ua/chomu-liubyty-sebe-tak-vazhlyvo/>
17. Цінність життя підлітка: світоглядні орієнтири : Монографія / [В.М. Шахрай (Ред.), Т.Ф. Алєксєєнко, Л.В. Гончар, Л.В. Канішевська, Р.В. Малиношевський (2019)]. – Київ, 2019. – 136 стор.
18. Проблема пошуку сенсу життя у юнацькому віці. Реферати, курсові, дисертації, дипломи. URL: [https://ua-referat.com/Проблема\_пошуку\_сенсу\_життя\_у\_юнацькому\_віці](https://ua-referat.com/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BC%D0%B0_%D0%BF%D0%BE%D1%88%D1%83%D0%BA%D1%83_%D1%81%D0%B5%D0%BD%D1%81%D1%83_%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%82%D1%8F_%D1%83_%D1%8E%D0%BD%D0%B0%D1%86%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D1%83_%D0%B2%D1%96%D1%86%D1%96)
19. Сенс життя як найвища моральна цінність людини. Освіта.UA. URL: <https://ru.osvita.ua/vnz/reports/culture/10899/>
20. Проблема сенсу життя в філософії » referat-ok.com.ua. referat-ok.com.ua » Для тих хто прагне знань!. URL: <http://referat-ok.com.ua/work/problema-sensu-zhittja-v-filosofii/>
21. Асмолов А.Г. Психология личности / А.Г. Асмолов. – М.: Изд-во Моск. ун-ту, 1990. – 255 с.2.
22. Братусь Б.С. К изучению смысловой сферы личности / Б.С. Братусь// Вести Моск. ун-ту. Сер. 14: Психология. – 1981. – No 2. – С. 46-56.
23. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
24. Личностый потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
25. Тест СЖС | Методика «Система жизненных смыслов». Пройти тесты онлайн: психологические, IQ, образовательные. URL: <https://testometrika.com/personality-and-temper/the-method-of-system-life/>
26. Тест смысложизненные ориентации (методика СЖО), Д. А. Леонтьев. - Психология счастливой жизни. Сайт психологической помощи - Психология счастливой жизни. URL: <https://psycabi.net/testy/256-test-smyslozhiznennye-orientatsii-metodika-szho-d-a-leontev>
27. Шкала екзистенції. https://psytests.org/. URL: <https://psytests.org/personal/existenz-run.html>
28. Буттєвість сенсу людського життя : монографія / Л. Сафонік. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2016. – 350 с.
29. Нестеренко В. Г. Вступ до філософії: онтологія людини / Владислав Григорович Нестеренко. – К. : Абрис, 1995. – 336 с.
30. Світлічна О. СЕНС ЖИТТЯ І ЩАСТЯ В КОНТЕКСТІ ДУХОВНИХ ЦІННОСТЕЙ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. 2017.
31. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Издво «Питер», 2003. – 720 с.
32. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості :монографія / Е. О. Помиткін. – К.: Наш час, 2007. – 280 с.
33. Юдеева Т.В. Особенности ценностно-смысловой сферы подростков, склонных к девиантному поведению [Электронный ресурс] / Т.В. Юдеева. SCI-ARTICLE.ru - 2014. - Режим доступа: http://sci-article.ru/stat. php? i=1405112055 <http://sci-article.ru/stat.php?i=1405112055>
34. Савина О.О. Особенности становления идентичности в подростковом и юношеском возрасте // Психологический журнал. - 1997. - № 2. - С.6-9
35. Сучасне уявлення про здоров’я і соціальне благополуччя. Головна сторінка. URL: <http://dlse.multycourse.com.ua/ua/page/19/114>
36. Сенс життя - Эссе. Бесплатные рефераты, курсовые и научно-исследовательские работы. URL: [https://ru.essays.club/Гуманитарные-науки/Философия/Сенс-життя-311282.html](https://ru.essays.club/%D0%93%D1%83%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B5-%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%B8/%D0%A4%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F/%D0%A1%D0%B5%D0%BD%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%82%D1%8F-311282.html)
37. Рефлексія – шлях підлітка до себе. Мукачівський державний університет. URL: <https://msu.edu.ua/news/refleksiya-shlyax-pidlitka-do-sebe/>

**Додатки**